



◎ 瑞周天達單位提供

服務他人

是一種精神

是一種態度

是一種習慣

當然是需要學習、練習和實踐的

由瑞周天達單位和社團法人臺北市玉和公益協會共同舉辦的志工營，於 7 月 26 ～ 28 日在南港天達堂舉辦，共有 41 位輔導學長和學員共同參與。本次營隊有五大主題：

一、**志工服務**：擦路旁的反光鏡，給大家一條安全回家的路；社區打掃服務，敦親睦鄰。

二、**體驗活動**：由團隊競賽中，了解志工精神與互助合作的重要。

三、**生命靈數**：藉由大數據，了解自己這輩子的必修功課與使命。

四、**闖關遊戲**：藉由遊戲中學習如何把事情做圓滿。

五、**夏令營服務**：學習做蔬菜盒子，親手煎給小朋友享用；餐後的餐桌收拾、洗碗，以及寢具整理等服務。

以下是志工們的心得分享。



▲ 擦反光鏡，願給大家一條安全回家的路。

※ 江訢媛

在這三天我認識了很多輔導學長、學員。第一天沒有跟好朋友同一組，讓我感到很難過，但到了第二天來了一個叫「子芳」的姐姐，她一直陪我，讓我感到很溫暖，還有一個叫「信傑」的哥哥，他雖然很愛講話，但是還是很感謝他的陪伴，讓我開心、也安心了很多。

這兩天，我覺得最有趣的課程是「生命靈數」，雖然我不知道準不準，但我也相信它。相信它會讓我走向更好的未來，在算的過程中，我被驚到了很多次，因為好像真的有講到我的優缺點，我覺得很厲害！

在這三天的相處中，我也發現「發一崇德道場」和「基礎忠恕道場」的

不一樣，其中排班與獻供的方式都有些許的不一樣！這些都是我意想不到的。

※ 陳怡禎

今年的營隊相較於去年更多元、活潑。洗碗輪值一次兩組，效率提高許多；更從中堂的服務擴展到社區反光鏡清潔、環境打掃，格外有意義，以實際行動展現志工精神，也提高路人的安全。

蔬菜盒子的DIY，從備料、食材處理、麵粉團揉合、擀皮、包餡等手作體驗，成果在第3天實際煎完、擺盤後，看起來十分可口。

※ 王柏傑

在這三天裡，我隨著營隊的輔導學長和學員一起去社區服務，我們一起撿垃圾和擦反光鏡，雖然過程很辛苦，但是我覺得有成就感；第二天早上是講「生命靈數」，能夠認識到自己所有要改善的地方，以及自己的長處在哪。

我們在中堂裡一起度過了三天兩夜，在這三天裡，我覺得食物都很好吃，我也學習了很多，也在社區中服務了很多。

※ 沈楷倫

來這次的志工營體驗了很多東西，例如：擦反光鏡、撿路邊的垃圾，以及洗多到堆成山的碗盤。印象最深的是洗碗，因為真的多到炸掉，站在洗水槽前還要彎著腰，時間一久，真的腰痠背痛！不過分工合作地清洗，真的快很多，每個人負責不同的工作，good！

志工營也有許多好玩的小遊戲，還有晚會的演出橋段和 Many Many 的服務工作，最開心的是和朋友晚睡、一起打電動。營隊中即使有遇到一些困難，但總都能順利解決。吃了冰淇淋、拿了娃娃，該休息的都有休息，該玩的也都玩了，或許是因為這樣，所以服務時才不感覺很累。

※ 劉忠宜

往年7月都來天達堂參與生服營，是個接觸下一代學子的好機會！近來慢慢體悟到「傳承」的重要，而本次後學也學習帶領一些道義的體驗課，便思索著要如何同時傳達「道義」，又用「體驗」的方式進行；後來決定以「道之宗旨」當道義的主要內容，以「大富翁」遊戲包裝。在正式課程前，很開心地演練了兩次，很感恩各

位學長的反饋，使課程更完整，能更全面地表達「道」的重要與理念。

※ 曾昱翰

後學只有來兩天，但是體會到很多事。第一天就必須參與到最刺激的晚會演戲環節，因此一整天也都被這件事困擾著，因為要背台詞，而且這也是我為數不多的演戲經驗。第一天的社區服務，雖然讓我滿頭汗（汗是用滴的那種），但是自己感覺一切都很值得、很有成就感，而且我也很開心。

這兩天，我減少了很多用手機的時間，同時成長很多，更學到團隊精神是成功的關鍵。我也在一系列的活動中看到夥伴的長處與不足的地方，讓我確認到，只要相處一段時間，自己和別人的特點都會綻放出來；這兩天讓我跟同輩的言語更圓潤，我也更會考慮別人的想法了。

餐點都很好吃，感謝無畏施的奉獻！我也很感動大家的幫助、接納跟和睦相處，感謝所有學長！

※ 黃慧萍

自己年紀已經一大把了，離學生時代的營隊活動已好遠，一聽到可以

去服務，就很期待能像以前的輔導學長一樣，輕輕鬆鬆過關，所以很快報名服務。殊不知，第一天就冒雨掃停車場，本以為這是最辛苦的，沒想到這只是開始，之後還冒雨去擦反光鏡。本以為這麼做，好像也改變不了什麼！但是隔天去掃社區公園時，發現一路上的反光鏡真是好亮啊！小小的舉動，是真的會引發蝴蝶效應。

第二天去撿垃圾，發現雖然公園已被清潔隊撿拾過了，但仍有遺漏。來服務，人是很累，但回程時發現被學員掃過的地是很乾淨啊！後學的兒子雖然也滿身汗，可是嘴裡卻說：「媽！等我一下，我想再掃到過去一點。」非常驕傲地展示自己的努力。

第三天，雙腿已經負荷過量，很痛，但心中卻很甜。在輔導過程中遇到聽話的學員和調皮的學員，本來很不喜歡調皮的學員；慢慢地，經過兩天相處後，現在看他，只看到他的聰慧，而忽略他的調皮，發現他只是想表達意見而已。

※ 張詠甯

在這三天中，參加了很多活動和課程，現在仍記憶猶新。而我印象深刻的應該是做蔬菜盒子、出去擦反光



▲ 解鎖做蔬菜盒子，以後能煎給夥伴享用。

鏡和撿垃圾。做蔬菜盒子非常有趣，大家一起完成一件事情很快樂，吃到自己製作的成果，有一種成就感湧上心頭。

擦反光鏡，也是一次體驗，是件很有意義的事情；在之前，我從來不曾經歷過這樣的事情，在這裡體驗到了。雖然冒著風雨，但所有人都在雨中去擦反光鏡。當再次經過時，看到閃閃發光的反光鏡，就會想起之前是如何用心擦的。本來應該在擦完反光鏡後要去撿垃圾，卻因為雨勢變大，而不得不移到隔天。

隔天在打掃公園時，地上雖然沒有很多的垃圾，但受到前幾天颱風的影響，地上到處都是樹枝、落葉，甚至有樹倒了，所有人義不容辭、齊心協力地把公園收拾好。

這三天學到了很多，一時無法全回想起來，但之後再回憶的時候，會懷念這段時光。

※ 潘力誌

這次是後學第二次參加服務營，而且是第一次三天完整地參與，雖然在籌備的過程中，參與仍嫌不足，但或許這就是明年能再進步的空間。

看著學員從中學習到了服務的精神，以及無償的奉獻，從不會到從中學習，這就是「做中學」；從學習中體悟出各種道理，如：助人為快樂之本；團隊目標就是需靠著團隊合作，才能有效率地完成任務。而這次身為輔導學長，帶著學員一起做，也指揮學員們要如何做，當然也有比較無法控制的情況，但靠著之前的經驗克服了困難，希望下次能更加流暢、順利。

※ 尹昭惠

第一次參加志工營的輔導，經歷了很多第一次的服務項目，最印象深刻的是擦反光鏡。第一天，飄著細雨、拿著各項工具，把霧面鏡擦得閃閃發光，讓用路人、司機們能更清楚地看清來車，給所有駕乘者更安全的交通環境，是很有趣且很有意義的志工服務。

在這次的活動中，認識了很多年輕學子，感覺自己都變年輕了；不同世代間的交流以及傳承，讓人收穫良多。各項課程生動活潑，與以往的課程方式都不太一樣，更偏向於體驗式學習服務的精神，其中以大富翁的遊戲來學習「道之宗旨」，非常有創意。疊保麗龍遊戲，讓大家體悟團隊精神，也讓國高中的學員們有更多元的學習體驗。歡迎大家來參加明年的志工營！

※ 廖偉帆

今年的營隊活動跟去年差異不少，上次比較像是在工作，連在外面走路也有標準；但今年幾乎都不管了，工作也沒有去年多，比較像是玩。希望以後都是這樣！

印象比較深的課程是「生命靈數」，分析自己的數字真的很有趣。雖然自己不太相信這種類似算命的東西，但透過這種方式重新認識自己也不錯。

道寄韻律的部分希望能多增加點流行歌！雖然知道選歌是為了符合主題，但我真的不會唱。

志工服務的部分我覺得也蠻有意義，擦反光鏡雖然很快就結束了，但



▲ 服務中了解志工精神與互助合作的重要。

應該能幫助不少人。包蔬菜盒子是第一次體驗，一開始抓不太到訣竅，不過後來練幾次之後就比較順手了。

晚會的表演很有趣，我們這組的零台詞即興演出，竟然成功地靠置入性廣告，獲得第一名！總結就是這次很好玩！

※ 陳澄洲

滿懷期待前往青年志工營參加服務，雖然事前已經準備很長一段時間，也做了事先的彩排，但還是很好奇會擦出什麼樣的火花、會產生什麼微妙的化學反應呢？

感謝 天恩師德，雖然活動前幾天跑來了凱米颱風攪局，而且據氣象局報導是個超級的「大胖子」的強颱，還沒侵襲台灣之前，就已經造成菲律

賓重大災情。幸好 天恩師德庇護，最後給了我們前兩天的小毛毛雨，最後一天又賞給我們一個風和日麗的大晴天。

活動過程中，看著志工們由陌生青澀、躲躲閃閃，到後來藉著互動遊戲，保麗龍疊疊樂開啟了隊員們的團隊精神；然後是擦反光鏡及社區服務，更激發大家內心的志工魂，無為奉獻與回饋社會。服務闖關活動，讓我們深入了解服務的辛苦與重要；禮節演練，強化了我們的基本動作；生命靈數，讓我們了解此生的任務重點是要扶圓補缺；道義體驗的大富翁遊戲，則讓我們明白：共好的大同世界，才是最好的答案。

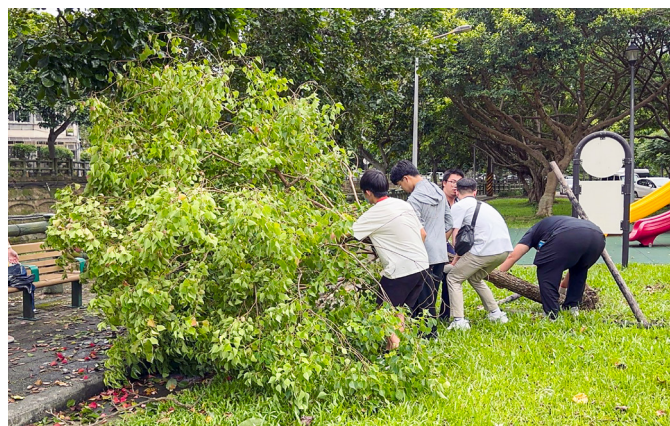
三天的活動，感受了服務人員的辛勞與熱情，也體會了講師們的用心，更感恩點傳師們的苦心與期待。我們要將這份感動永遠留在心底，更要把這份心意傳承下去，發光發熱發揚光大。

※ 林祐亘

在營隊籌備期，覺得營隊還要好久才會到來，時間好漫長。但是到了營隊這三天，卻覺得時間過得好快。這幾天的經歷讓後學覺得三件事情很重要：

第一：隨機應變、扶圓補缺。第一天學員報到時，就遇到報到塞車的情況，很感謝有幹部馬上協助人事報到、走廊和餐廳清潔，以及帶領學員共同打掃中堂，才能順利地在始業式前完成所有場地清潔。另外，我們今年有安排外出擦反光鏡，還有社區服務。需要風和日麗的天氣，但是在營隊開始前，我們遇到了颱風。營隊第一天又遇到不斷的陣雨，導致課程在滾動式的調整下，第一天完成擦反光鏡，第二天才去社區打掃服務。過程中要特別感謝執秘、主帶擦反光鏡和製作蔬菜盒子的講師，以及協助支援的司機團隊，不論時間如何調動，都盡力配合，讓課程能順利進行。

第二：氛圍營造、以身作則。當我們希望學員能夠大聲唱道寄韻律，則我們輔導學長也要在音樂播出的時候，一起大聲唱。我們希望學員在值勤的時候要專注，我們幹部也需要在非必要的時候放下手機，共同專注在值勤中。很感謝這幾天用心值勤的所有輔導學長和學員，因為大家的付出，兩個營隊才能擁有到餐廳就能直接開動的舒適環境、有熱水的盥洗空間、乾淨的餐碗、擺好床墊和睡袋的寢室、熱銷的蔬菜盒子。



▲ 颱風過境後，協助整理社區中傾倒的樹。

第三：團隊齊心、共創佳績。這三天參與的人數超過 200 人，如果只有十幾個人，可能會服務得很辛苦，但如果有五倍、十倍的工作人員，齊心協力，就能更圓滿地照料大家的食衣住行。

另外，印象深刻的是：觀察到我們的學員很聰明、也很有巧思，能夠在團隊概念的課程中，找到遊戲快速通關的方式，也能將晚會要呈現的劇本，改編得非常符合志工精神，其中有一組把三隻小豬的故事，改成玉和公益協會的三位豬社工，去關懷獨居的老狼、幫住老狼蓋房子，哪怕被吹翻好幾次，也能越蓋越堅固，不論外頭颶風下雨，都不用害怕，真的是非常有創意。感謝參與營隊的每位學長，期待下次也能帶給大家更多收穫！